

Inhaltsverzeichnis

Danksagung	5
Vorwort	7
Hinweis und Inhaltsverzeichnis zur CD-ROM	11
A Theoretische Grundlagen des Therapieprogramms	15
1 Einleitung	15
2 Konzeptioneller Hintergrund des Therapieprogramms	19
2.1 Inhalte des Therapieprogramms	19
2.2 Zielgruppe	19
2.3 Gruppenziele	19
2.4 Therapiebausteine	20
2.4.1 Stressmanagement	20
2.4.2 Psychoedukation	20
2.4.3 Unterstützung mütterlicher Kompetenzen	21
2.4.4 Rollenwechsel und Übergang in die Mutterschaft	22
2.4.5 Strategien zur Bewältigung negativer Gefühle	22
3 Theoretische Grundlagen	23
3.1 Rollenbilder	23
3.2 Entwicklungspsychologische Themen	25
3.3 Wahrnehmung positiver Gefühle	28
3.4 Stressfaktoren und Stressbewältigungsstrategien	29
3.5 Krisenplan	30
B Praktische Umsetzung des Therapieprogramms	31
4 Struktur der Gruppe	31
4.1 Indikationen zur Gruppenteilnahme	31

4.2 Ein- und Ausschlusskriterien	32
4.3 Rahmenbedingungen	32
4.4 Therapeutische Techniken	33
4.5 Anforderungen an die Therapeuten	34
4.6 Aufbau der Stunden	34
5 Anleitung zur Durchführung des Therapieprogramms	37
5.1 Einstiegsrunde	37
5.2 Besprechung der Übung zum Thema der letzten Stunde (Hausaufgabe)	37
5.3 Thema der Stunde	37
5.4 Übung zum Thema der Stunde	38
5.5 Blitzlicht zum Abschluss	39
6 Therapiestunden	40
1. Stunde: »Rollenbilder«	40
2. Stunde: »Neugierde an der Beobachtung des Kindes wecken«	45
3. Stunde: »Die Bedeutung der beschreibenden Sprache«	51
4. Stunde: »Stressfaktoren«	56
5. Stunde: »Stressbewältigungsstrategien«	63
6. Stunde: »Kindlichen Signalen ein Echo geben (Matching)«	68
7. Stunde: »Beruhigungstechniken«	73
8. Stunde: »Wahrnehmung positiver Gefühle«	77
9. Stunde: »Führen und Folgen«	81
10. Stunde: »Erstellen eines Krisenplans«	86
Literatur	90
Anhang	95
Stichwortverzeichnis	97